

Harmonogram studiów stacjonarnych w układzie semestralnym - kierunek WYCHOWANIE FIZYCZNE w zakresie w zakresie TRENER PERSONALNY dla studentów rozpoczynających studia od roku akademickim 2024/2025

	Nazwa przedmiotu	Liczba godzin w semestrze										Praca własna	Liczba godz.bez	Ogółem liczb	ECTS	Forma zaliczenia	
		Wykład	ECTS	Ćwiczenia	ECTS	Laboratorium	ECTS	Seminarium	ECTS	Praktyka	ECTS						
Semestr 1	MODUŁ KSZTAŁCENIA PODSTAWOWEGO																
	1. Anatomia	15	1			30	2					30	45	75	3	egzamin	
	2. Pierwsza pomoc przedlekarska					15	1					10	15	25	1	zal.o	
	3. Technologia informacyjna					30	2					20	30	50	2	zal.o	
	MODUŁ KSZTAŁCENIA KIERUNKOWEGO																
	4. Zabawy i gry ruchowe			30	2							20	30	50	2	zal.o	
	5. Teoria i metodyka gier sportowych	10	1	15	1							25	25	50	2	zal.o	
	6. Teoria sportu	15	1									10	15	25	1	zal.o	
	7. Koszykówka			20	1							5	20	25	1	zal.o	
	8. Pływanie	10	1	15	1							25	25	50	2	zal.o	
	9. Gimnastyka	10	1	15	1							25	25	50	2	zal.o	
	10. Narciarstwo zjazdowe			30	2							20	30	50	2	zal.o	
	11. Propedeutyka pracy wychowawczej w szkole	10	1	15	1							25	25	50	2	zal.o	
	MODUŁ KSZTAŁCENIA OGÓLNEGO																
	12. Historia kultury fizycznej z olimpiadem	10	1									15	10	25	1	zal.o	
	13. Biomedyczne podstawy rozwoju	10	1									15	10	25	1	zal.o	
	14. Podstawy filozofii	10	1									15	10	25	1	zal.o	
	15. Wychowanie fizyczne			30	0							0	30	30	0	zal.	
	MODUŁ KSZTAŁCENIA NAUCZYCIELSKIEGO																
16. BHP i ochrona własności intelektualnej	10	1									15	10	25	1	zal.o		
Przygotowanie psychologiczno-pedagogiczne-grupa zajęć B																	
17. Pedagogika	15	1	20	1							15	35	50	2	zal.o		
Przygotowanie dydaktyczne w zakresie podstaw dydaktyki i emisji głosu- grupa zajęć C																	
18. Podstawy dydaktyki	15	1	30	2							30	45	75	3	egzamin		
19. Emisja głosu			15	1							10	15	25	1	zal.o		
Suma	140	12	235	13	75	5	0	0	0	0	330			30			
Ogólna liczba godzin w semestrze bez pracy własnej												450					
Ogólna liczba godzin w semestrze													780				
Semestr 2	MODUŁ KSZTAŁCENIA PODSTAWOWEGO																
	1. Biochemia	15	1			30	2					30	45	75	3	egzamin	
	2. Biofizyka	15	1									10	15	25	1	zal.o	
	3. Biomechanika	15	1			30	2					30	45	75	3	egzamin	
	4. Metodyka nauczania ruchu	15	1									10	15	25	1	zal.o	
	MODUŁ KSZTAŁCENIA KIERUNKOWEGO																
	5. Piłka siatkowa			20	1							5	20	25	1	zal.o	
	6. Pływanie			30	2							20	30	50	2	egzamin	
	7. Gimnastyka			20	1							5	20	25	1	zal.o	
	8. Siatkówka plażowa / Dyscypliny nieolimpijskie*			15	1							10	15	25	1	zal.o	
	9. Obóz letni			45	3							30	45	75	3	zal.o	
	MODUŁ KSZTAŁCENIA OGÓLNEGO																
	10. Wychowanie fizyczne			30	0							0	30	30	0	zal.	
	11. Język obcy do wyboru (angielski/niemiecki/rosyjski)			30	2							20	30	50	2	zal.o	
	Przygotowanie psychologiczno-pedagogiczne-grupa zajęć B																
	12. Psychologia w Kulturze Fizycznej	15	1	30	2							30	35	75	3	zal.o	
	13. Pedagogika	15	1	30	2							30	45	75	3	egzamin	
	Przygotowanie do nauczania pierwszego przedmiotu-grupa zajęć D																
	14. Dydaktyka wychowania fizycznego na pierwszym etapie edukacyjnym	15	1	30	2							30	45	75	3	egzamin	
15. Praktyki zawodowe									60	3	30	60	90	3	zal.o		
Suma	105	7	280	16	60	4	0	0	60	3	290			30			
Ogólna liczba godzin w semestrze bez pracy własnej												495					
Ogólna liczba godzin w semestrze													795				

Semestr 3	MODUŁ KSZTAŁCENIA PODSTAWOWEGO																								
	1.	Fizjologia	15	1				15	1					20	30	50	2	egzamin							
	2.	Antropomotoryka	15	1	30	2								30	45	75	3	egzamin							
	MODUŁ KSZTAŁCENIA KIERUNKOWEGO																								
	3.	Lekka atletyka	10	1	20	1								20	30	50	2	zal.o							
	4.	Teoria i metodyka gimnastyki korekcyjnej	15	1	15	1								20	30	50	2	zal.o							
	5.	Piłka nożna			20	1								5	20	25	1	zal.o							
	6.	Narciarstwo biegowe			30	2								20	30	50	2	zal.o							
	7.	Streetball / Biegi na orientację*			15	1								10	15	25	1	zal.o							
	8.	Eduball / Unihokej*			15	1								10	15	25	1	zal.o							
	9.	Speedminton / Strzelectwo sportowe*			15	1								10	15	25	1	zal.o							
	MODUŁ KSZTAŁCENIA OGÓLNEGO																								
	10.	Język obcy do wyboru (angielski/niemiecki/rosyjski)			30	2								20	30	50	2	zal.o							
	Przygotowanie psychologiczno-pedagogiczne-grupa zajęć B																								
	11.	Psychologia w Kulturze Fizycznej	10	1	15	1								25	25	50	2	egzamin							
	12.	Psychologia rozwojowa dzieci i młodzieży	10	1	15	1								25	25	50	2	zal.o							
	Przygotowanie do nauczania pierwszego przedmiotu-grupa zajęć D																								
13.	Dydaktyka wychowania fizycznego na drugim etapie edukacyjnym	15	1	30	2								30	45	75	3	egzamin								
14.	Praktyki zawodowe									120	5	30	120	150	5	zal.o									
Suma		90	7	250	16	15	1	0	0	120	5	275				29									
Ogólna liczba godzin w semestrze bez pracy własnej																	475								
Ogólna liczba godzin w semestrze																		750							
Semestr 4	MODUŁ KSZTAŁCENIA PODSTAWOWEGO																								
	1.	Antropologia	15	1				15	1					20	30	50	2	zal.o							
	MODUŁ KSZTAŁCENIA KIERUNKOWEGO																								
	2.	Teoria treningu sportowego	10	1	15	1								25	25	50	2	egzamin							
	3.	Kajakarstwo			30	2								20	30	50	2	zal.o							
	4.	Korekcja i kompensacja wad postawy ciała	10	1	20	1								20	30	50	2	zal.o							
	5.	Lekka atletyka	10	1	20	1								20	30	50	2	egzamin							
	6.	Piłka ręczna			20	1								5	20	25	1	zal.o							
	7.	Tenis ziemny			30	2								20	30	50	2	zal.o							
	8.	Fizjologia wysiłku	10	1	15	1								25	35	50	2	zal.o							
	9.	Golf / Survival z elementami wspinaczki*			15	1								10	15	25	1	zal.o							
	MODUŁ KSZTAŁCENIA OGÓLNEGO																								
	10.	Język obcy do wyboru (angielski/niemiecki/rosyjski)			30	2								20	30	50	2	zal.o							
	Przygotowanie psychologiczno-pedagogiczne-grupa zajęć B																								
	11.	Psychologia rozwojowa dzieci i młodzieży	10	1	15	1								25	25	50	2	egzamin							
	Przygotowanie do nauczania pierwszego przedmiotu-grupa zajęć D																								
	12.	Praktyki zawodowe									150	6	30	150	180	6	zal.o								
MODUŁ KSZTAŁCENIA SPECJALNOŚCIOWEGO W ZAKRESIE TRENERA PERSONALNEGO **																									
13.	Projektowanie treningu indywidualnego			15	1								10	15	25	1	zal.o								
14.	Podstawy treningu siłowego			30	2								20	30	50	2	zal.o								
15.	Podstawy żywienia					30	2						20	30	50	2	zal.o								
Suma		65	6	255	16	45	3			150	6	290				31									
Ogólna liczba godzin w semestrze bez pracy własnej																	525								
Ogólna liczba godzin w semestrze																		805							
Semestr 5	MODUŁ KSZTAŁCENIA KIERUNKOWEGO																								
	1.	Gimnastyka korekcyjna w wodzie			20	1								5	20	25	1	zal.o							
	2.	Rytmika i taniec /Krav Maga*			15	1								10	15	25	1	zal.o							
	3.	Łyżwiarstwo / Aquafitness*			15	1								10	15	25	1	zal.o							
	4.	Etyka zawodu nauczyciela	15	1										10	15	25	1	zal.o							
	5.	Komunikacja interpersonalna			30	2								20	30	50	2	zal.o							
	6.	Sędziowanie szkolnych zawodów sportowych	10	1	15	1								25	25	50	2	zal.o							
	7.	Metodologia badań naukowych	15	1										10	15	25	1	zal.o							
	8.	Seminarium licencjackie							15	1				10	15	25	1	zal.o							
	MODUŁ KSZTAŁCENIA OGÓLNEGO																								
	9.	Podstawy statystyki	10	1			15	1						25	25	50	2	zal.o							
	10.	Język obcy do wyboru (angielski/niemiecki/rosyjski)			30	2								20	30	50	2	egzamin							
	MODUŁ KSZTAŁCENIA NAUCZYCIELSKIEGO																								
	11.	Organizacja wycieczki dzieci i młodzieży			15	1								10	15	25	1	zal.o							
	Przygotowanie psychologiczno-pedagogiczne-grupa zajęć B																								
	12.	WF dzieci o specjalnych potrzebach edukacyjnych	10	1	15	1								25	25	50	2	zal.o							
	MODUŁ KSZTAŁCENIA SPECJALNOŚCIOWEGO W ZAKRESIE TRENERA PERSONALNEGO **																								
13.	Trening funkcjonalny z elementami cross treningu			15	1								10	15	25	1	zal.o								
14.	Marketing w pracy trenera personalnego			30	2								20	30	50	2	zal.o								
15.	Podstawy mobility i treningu zdrowotnego			15	1								35	15	50	1	zal.o								
16.	Techniki relaksacji			15	1								10	15	25	1	zal.o								
17.	Praktyki zawodowe									180	7	30	180	210	7	zal.o									
Suma		60	5	230	15	0	0	15	0	180	7	285				29									
Ogólna liczba godzin w semestrze bez pracy własnej																	500								
Ogólna liczba godzin w semestrze																		785							

Semestr 6	MODUŁ KSZTAŁCENIA PODSTAWOWEGO																	
	1.	Medycyna wychowania fizycznego	15	1										10	15	25	1	zał.o
	MODUŁ KSZTAŁCENIA KIERUNKOWEGO																	
	2.	Podstawy ratownictwa wodnego					15	1						10	15	25	1	zał.o
	3.	Marketing w sporcie	15	1										10	15	25	1	zał.o
	4.	Kształcenie ruchowe			30	2								20	30	50	2	zał.o
	5.	Edukacja zdrowotna			15	1								10	15	25	1	zał.o
	6.	Badminton / Tenis stołowy*			15	1								10	15	25	1	zał.o
	7.	Podstawy swobodnego nurkowania / Turystyka rowerowa*			15	1								10	15	25	1	zał.o
	8.	Seminarium licencyjne							30	2				20	30	50	2	zał.o
	9.	Praca dyplomowa												250	0	250	10	zał.o
	MODUŁ KSZTAŁCENIA SPECJALNOŚCIOWEGO W ZAKRESIE TRENERA PERSONALNEGO **																	
	10.	Kształtowanie i kontrola zdolności motorycznych			15	1								10	15	25	1	egzamin
	11.	Fitness			15	1								10	15	25	1	zał.o
	12.	Coaching			15	1								10	15	25	1	zał.o
13.	Suplementacja			15	1								35	15	50	1	zał.o	
14.	Praktyki zawodowe								180	7			30	180	210	7	zał.o	
	Suma	30	2	135	9	15	1	30	2	180	7	445				31		
	Ogólna liczba godzin w semestrze bez pracy własnej														390			
	Ogólna liczba godzin w semestrze														835			

* przedmiot do wyboru

** wybrany zakres kształcenia